

УТВЕРЖДАЮ
 директор МКОУ
 «Новоиркейская СОШ №1»
 У.И. Гаджиева
 03.03.2023 г.

МЕНЮ НА 12 ДНЕЙ

Дата	Дни	Обед	Наименование	Масса порции в гр.	Пищевые вещества (гр.)			Энерг. ценность (кал)
					Б	Ж	У	
03.04 ПН	1		Хлеб пшеничный	80	6,3	0,8	38,6	188
			Суп макаронный с мясом	250 /27,31	5	3,8	12,3	102,3
			Каша пшеничная	200/30	8,4	1,4	54	150
			Гуляш из говядины	30	15	9,3	2,6	151,1
			Чай с сахаром	200/15	0,4	0	14	58
			Салат капустный	70	1,2	3,3	4	49,6
			Яблоко	100	1,5	0,5	21	9
04.04 ВТ	2		Хлеб пшеничный	80	6,3	0,8	38,6	188
			Суп вермишелевый с мясом	250 /15	5	3,8	12,3	102,3
			Булгур	200/5	8,4	1,4	54	150
			Гуляш из говядины	22,08	15	9,3	2,6	151,1
			Какао с молоком	200/15/50	0,4	0	14	58
			Салат свекольный	70	1,2	3,3	4	49,6
			Банан	100	1,5	0,5	21	96
05.04 СР	3		Хлеб пшеничный	80	6,3	0,8	38,6	188
			Суп рисовый с мясом	250 /18,81	5	3,8	12,3	102,3
			Гречка отварная	200/5	8,4	1,4	54	150
			Гуляш из говядины	30	15	9,3	2,6	151,1
			Чай	200/15	0,4	0	14	58
			Салат капустный	70	1,2	3,3	4	49,6
			Яблоко	100	1,5	0,5	21	96
06.04 ЧТ	4		Хлеб пшеничный	80	6,3	0,8	38,6	188
			Суп гороховый с мясом	250 /30,3	5	3,8	12,3	102,3
			Плов куриный	200/30	8,4	1,4	54	201,4
			Компот из сухофруктов	200/20/15	0,4	0	14	58
			Салат свекольный	70	1,2	3,3	4	49,6
			Банан	100	1,5	0,5	21	96
			07.04 ПТ	5		Хлеб пшеничный	80	6,3
Суп чечевичный с мясом	250 /18	5				3,8	12,3	102,3
Макаронны отварные	200/5	8,4				1,4	54	150
Гуляш из говядины	28,73	15				9,3	2,6	151,1
Какао с молоком	200/50/15	7				4,7	19,5	154
Салат капустный	70	1,2				3,3	4	49,6
Яблоко	100	1,5				0,5	21	96
08.04 СБ	6		Хлеб пшеничный	80	6,3	0,8	38,6	188
			Суп фасолевый	250 /22,29	5	3,8	12,3	102,3

			Плов из говядины	200/30	8,4	1,4	54	150
			Кисель	200/15/15	7	4,7	19,5	154
			Салат свекольный	70	1,2	3,3	4	49,6
			Банан	100	1,5	0,5	21	96
10.04	7		Хлеб пшеничный	80	6,3	0,8	38,6	188
ПН			Суп макаронный с мясом	250 /27,31	5	3,8	12,3	102,3
			Каша пшеничная	200/30	8,4	1,4	54	150
			Гуляш из говядины	30	15	9,3	2,6	151,1
			Чай с сахаром	200/15	0,4	0	14	58
			Салат капустный	70	1,2	3,3	4	49,6
			Яблоко	100	1,5	0,5	21	9
11.04	8		Хлеб пшеничный	80	6,3	0,8	38,6	188
ВТ			Суп вермишелевый с мясом	250 /15	5	3,8	12,3	102,3
			Булгур	200/5	8,4	1,4	54	150
			Гуляш из говядины	22,08	15	9,3	2,6	151,1
			Какао с молоком	200/15/50	0,4	0	14	58
			Салат свекольный	70	1,2	3,3	4	49,6
			Банан	100	1,5	0,5	21	96
12.04	9		Хлеб пшеничный	80	6,3	0,8	38,6	188
СР			Суп рисовый с мясом	250 /18,81	5	3,8	12,3	102,3
			Гречка отварная	200/5	8,4	1,4	54	150
			Гуляш из говядины	30	15	9,3	2,6	151,1
			Чай	200/15	0,4	0	14	58
			Салат капустный	70	1,2	3,3	4	49,6
			Яблоко	100	1,5	0,5	21	96
13.04	10		Хлеб пшеничный	80	6,3	0,8	38,6	188
ЧТ			Суп гороховый с мясом	250 /30,3	5	3,8	12,3	102,3
			Плов куриный	200/30	8,4	1,4	54	201,4
			Компот из сухофруктов	200/20/15	0,4	0	14	58
			Салат свекольный	70	1,2	3,3	4	49,6
			Банан	100	1,5	0,5	21	96
15.04	11		Хлеб пшеничный	80	6,3	0,8	38,6	188
ПТ			Суп чечевичный с мясом	250 /18	5	3,8	12,3	102,3
			Макаронны отварные	200/5	8,4	1,4	54	150
			Гуляш из говядины	28,73	15	9,3	2,6	151,1
			Какао с молоком	200/50/15	7	4,7	19,5	154
			Салат капустный	70	1,2	3,3	4	49,6
			Яблоко	100	1,5	0,5	21	96
16.04	12		Хлеб пшеничный	80	6,3	0,8	38,6	188
СБ			Суп фасолевый	250 /22,29	5	3,8	12,3	102,3
			Плов из говядины	200/30	8,4	1,4	54	150
			Кисель	200/15/15	7	4,7	19,5	154
			Салат свекольный	70	1,2	3,3	4	49,6
			Банан	100	1,5	0,5	21	96